



RAPPORT ANNUEL

2024-2025

1er avril 2024 au 31 mars 2025



NOTRE MISSION

ARTÈRE a pour mission de promouvoir, de rassembler et de favoriser la réintégration dans la communauté des personnes ayant subi un AVC ainsi que leurs proches, en offrant une programmation d'activités et de services adaptés visant la santé et le bien-être et ce, en collaboration avec différents partenaires.

CONSEIL D'ADMINISTRATION 2024-2025

Mme Linda Pichard, présidente
M. Denis Valcourt, vice-président
Mme Monica Lavoie, secrétaire
Mme Roxanne Périnet-Lacroix, trésorière
Mme Louise Lavergne, administratrice
Mme Caroline Goulet, administratrice
Mme Lucie Blanchet, administratrice

ÉQUIPE DU PERSONNEL

Mme Joëlle Duchesne, directrice générale
Mme Camille Laforest, agente aux familles
Mme Line Bédard, adjointe administrative
M Dylan Dugas, agent aux familles (Mars 2025)
Mme Annabelle Lefrançois, coordonnatrice à la programmation d'activités
Mme Marine Osswald, intervenante (Janvier 2025)

PERSONNEL CONTRACTUEL

Mme Marjolaine Hébert, animation Peinture
Mme Christiane Gauthier, animation Cultiver la joie & Initiation à la tablette
Mme Geneviève Morin, animation Muscler vos méninges
Mme Marjorie Villeneuve, animation Théâtre - Mme Suzie Gobeil (bénévole)
M. Leigh Parrish, animation Anglais
Mme Amra Hasanovic, animation programme APPrivoiser
Mme Claude Lebrun, animation Osez la plume
Mme Mélanie Boutin, animation Zumba
Mme Sarah Bérubé-Lalancette, projet ACCES
Mme Camille Angers, projet ACCES
Mme Héloïse Baglione, coordonnatrice programme *l'AVC : Par où commencer ?*

COMMUNICACTIFS

Mme Annie Légaré, orthophoniste
Mme Laura Monetta, orthophoniste
Mme Monica Lavoie, orthophoniste

TABLE DES MATIÈRES

Mot de la présidence	5
Mot de la direction	6
Huit critères de l'action communautaire autonome:	
Être un organisme à but non-lucratif	7
Enracinement dans la communauté	8
Vie associative & démocratique	11
Mission, orientation, approches & pratiques	18
Constitution à l'initiative de la communauté	19
Conseil d'administration indépendant	19
Transformation sociale	20
Pratiques citoyennes	22
Renforcement de l'équipe	24
Situation financière	25
Fondation ARTÈRE	27
ARTÈRE en images	28
Nos coordonnées	29

MOT DE LA PRÉSIDENTE

Chers membres, proches aidants et partenaires,

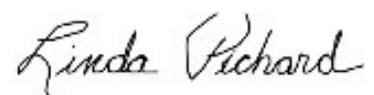
À titre de présidente du conseil d'administration d'ARTERE et au nom de tous ses membres, il me fait plaisir de déposer le rapport annuel 2024-2025.

L'année qui vient de s'écouler fut encore une fois très occupée, notamment avec la rédaction et le dépôt de notre 2^e planification stratégique qui couvrira les années 2025 à 2029. S'ajoutant à nos activités régulières, cette 2^e édition a nécessité un investissement de temps important mais nécessaire. Forts d'une vision claire et partagée de l'avenir et de la croissance que nous souhaitons pour ARTERE, nous sommes plus que prêts à faire face aux défis qui se poseront et à mettre en œuvre les différents moyens de les relever.

Nous sommes animés par un souci constant d'actualiser et de développer l'offre de services en fonction des besoins et des meilleures pratiques. Dans cette optique, nous poursuivons la consolidation et le développement de nos partenariats et de notre implication auprès des décideurs afin d'améliorer notre visibilité et de favoriser la promotion de notre organisation. À cet effet, notre site web devrait être un outil incontournable. Nous avons aussi resserré nos relations avec notre Fondation dans une volonté de collaboration étroite pour l'avancement des dossiers communs. Enfin, nous avons accueilli de nouveaux intervenants afin de soutenir la bonification de nos services.

La capacité d'ARTERE d'accomplir sa mission et d'offrir des services de qualité en adéquation avec les besoins de nos membres, repose sur un travail d'équipe et une étroite collaboration. À cet effet, ARTERE peut compter sur une équipe « tricotée serrée » et entièrement dédiée à notre clientèle. Nous tenons à les remercier de soutenir avec cœur notre mission et à souligner leur engagement ainsi que celui de nombreux bénévoles.

Bonne lecture!



Linda Pichard
Présidente

MOT DE LA DIRECTRICE

Chers membres, proches et partenaires,

C'est avec une grande fierté et beaucoup d'humilité que je vous adresse ces mots à l'occasion de la présentation du rapport annuel d'Artère pour l'année 2024-2025.

Après avoir occupé le poste d'agente aux familles au sein de l'organisme pendant quatre ans, j'ai eu l'honneur d'assumer la direction générale par intérim en avril 2025, dans le cadre du congé de maternité de Joëlle Duchesne. C'est donc avec une profonde reconnaissance pour le travail accompli, et une volonté sincère de continuité, que je poursuis cette mission aux côtés d'une équipe engagée et attentionnée.

Cette dernière année a été marquée par des actions concrètes, portées par les besoins exprimés par les personnes ayant subi un AVC et leurs proches. Grâce à la mobilisation de nos membres, à la collaboration de nos partenaires et à l'implication de notre équipe, Artère a su enrichir sa programmation, consolider ses pratiques et offrir un soutien humain et significatif.

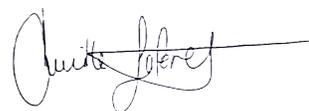
En tant qu'organisme d'action communautaire autonome, Artère s'appuie sur huit critères essentiels qui guident notre mission et structurent notre engagement :

- Être un organisme à but non lucratif
- Être enraciné dans la communauté : adapter nos services aux réalités locales
- Entretenir une vie associative et démocratique : encourager la participation de nos membres aux décisions
- Être libre de déterminer notre mission, nos approches et nos pratiques
- Avoir été constitué à l'initiative des gens de la communauté
- Être dirigé par un conseil d'administration indépendant du réseau public
- Viser la transformation sociale : développer des projets avec et pour les membres, afin de favoriser leur autonomie
- Adopter des pratiques citoyennes et des approches larges : collaborer avec d'autres acteurs pour maximiser notre impact

Tout au long du rapport, vous pourrez constater comment ces principes ont été concrètement mis en œuvre dans nos actions cette année. Ils sont au cœur de notre identité et renforcent notre engagement envers les personnes touchées par l'AVC et leurs proches.

Je tiens à remercier chaleureusement toutes celles et ceux qui font vivre Artère au quotidien : membres, proches, bénévoles, partenaires, collègues. Ensemble, nous cultivons une communauté solidaire, ouverte et tournée vers l'avenir.

Bonne lecture !
Avec reconnaissance,



Camille Laforest
Directrice générale par intérim

Avoir un statut d'organisme sans but lucratif

ARTÈRE est un organisme de bienfaisance conforme à la Loi sur les compagnies – Partie III. Mis sur pied en 1985 et toujours actif, ARTÈRE offre la totalité de ses activités au Québec. Son conseil d'administration est composé de sept administrateurs.

- 
- 1985** - Enregistrement comme organisme de bienfaisance Association des Personnes Intéressées à l'Aphasie (APIA)
 - 2008** - L'APIA devient l'APIA-AVC et ce, dans une optique d'offrir désormais des services et des activités aux personnes ayant subi un AVC, vivant avec une aphasie ou non
 - 2016** - L'organisme est intégré au continuum de services post-AVC
 - 2019** - Afin de se démarquer et s'éloigner des acronymes, l'organisme effectue un changement de nom pour : ARTÈRE, organisme de soutien aux personnes ayant subi un AVC et leurs proches
 - 2024** - Dans une optique de développement continu, ARTÈRE amorce un processus collectif de réflexion stratégique visant à renouveler ses orientations pour les prochaines années.
 - 2025** - ARTÈRE adopte officiellement sa planification stratégique 2025-2029, fruit d'une vaste consultation menée auprès de l'équipe, des membres et du conseil d'administration.

Enracinement dans la communauté

Représentations

En 2024-2025, ARTÈRE a multiplié ses efforts de représentation pour faire connaître ses services et renforcer ses liens avec la communauté. L'équipe a pris part à divers événements, que ce soit au sein d'organismes communautaires, auprès de professionnels de la santé, de personnes en réadaptation, ou encore lors d'activités organisées par la Ville de Québec et dans des milieux étudiants. Un moment fort de l'année a également été la participation de l'agente aux familles à une entrevue diffusée sur les ondes du Canal M Montréal, en juin 2024, dans le cadre du Mois de la sensibilisation à l'AVC.

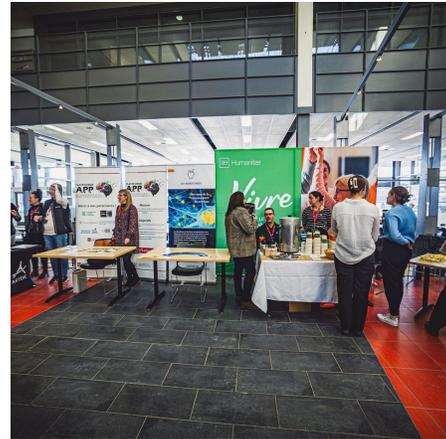


Table de concertation & Regroupements

En 2024-2025, ARTÈRE a poursuivi son engagement au sein d'instances de concertation telles que le ROP03, le ROC03 et la Table de quartier Vanier, afin de faire entendre la réalité des personnes vivant avec les séquelles d'un AVC, notamment en matière d'accessibilité. L'organisme a aussi été mis en lumière dans un reportage d'AMI-télé, diffusé dans l'émission *Ça me regarde*, grâce à la participation de certains membres des ateliers. Enfin, plusieurs membres ont participé à un projet de médiation culturelle en danse, en collaboration avec *La Rotonde*, combinant spectacle et ateliers, pour favoriser l'expression artistique et l'inclusion.



Pièces de théâtre

Dans un souci de mettre en lumière le talent de ses participants, ARTÈRE a présenté, en 2024-2025, deux pièces de théâtre distinctes devant un public. En juin 2024, la troupe a joué *Prends ma place* au Patro Roc-Amadour devant environ 40 personnes. Puis, en décembre 2024, elle a présenté *Cherche et trouve : le vrai Père Noël* à la Base de plein air de Sainte-Foy. Ces représentations ont été ouvertes à toute la communauté liée à l'organisme.



Communications

- **Site web**

Le site web d'Artère, complètement renouvelé l'an dernier, a été bonifié cette année afin de mieux refléter nos priorités et notre offre de services. Parmi les nouveautés, une nouvelle page a été ajoutée pour mettre en valeur *L'AVC : Par où commencer ?*, un programme d'information et de soutien à destination des personnes ayant subi un AVC ainsi que leurs proches, développé en collaboration avec des partenaires du milieu de la recherche et de l'université. Cette section dédiée permet de mieux faire connaître ce projet important au grand public, notamment grâce à une vidéo promotionnelle intégrée sur la page.

De plus, l'horaire des activités de chaque session est désormais mis à jour et rendu accessible au grand public par l'entremise d'un lien direct, facilitant l'accès à l'information sur l'ensemble des services proposés par ARTÈRE : www.arterequebec.com.

Nos activités et services offerts

ARTÈRE offre une programmation de loisirs adaptés afin de répondre aux besoins des participants et maintenir les acquis développés en réadaptation. Les ateliers ne requièrent pas d'aptitudes particulières et tiennent compte des limitations fonctionnelles de chacun. Il n'y a pas de restriction. Tous peuvent participer.

Vous souhaitez en apprendre davantage sur les activités offertes. Nous vous invitons à nous contacter pour toute demande d'information.

→ [Programmation - Été 2025](#)

Type de visiteur	Vues de page	Sessions sur le site	Visiteurs uniques	Durée moy. de session
Résumé	10 609	5 084	3 605	3min, 38s
Nouveau	9 556	4 612	3 459	3min, 36s
Régulier	1 053	472	146	3min, 57s

- **Infolettre**

L'infolettre d'Artère est envoyée chaque mois à l'ensemble des personnes inscrites. Elle propose un aperçu des activités en cours, ainsi que des informations pertinentes liées à l'AVC, susceptibles d'intéresser autant les personnes ayant subi un AVC que leurs proches aidants ou le grand public (ex. : projets de recherche, conférences, projets réalisés etc.). Grâce à une diffusion désormais plus régulière et automatisée, nous observons une croissance continue du nombre d'abonnés.

Outre le journal de l'offre de services envoyé à chaque session, l'infolettre demeure l'un des moyens d'information les plus efficaces et les plus appréciés de notre clientèle. Elle permet de transmettre l'essentiel de façon directe, claire et accessible, sans que les personnes aient à naviguer sur les réseaux sociaux ou à chercher l'information ailleurs.

Nom de l'e-mail	Date de pu... ↓ ⓘ	Envoyés ⓘ	Taux d'ouvert... ⓘ
Résumé		388	106,7 %
L'infolettre ARTÈRE	2025-03-04	373	60,8 %
L'infolettre ARTÈRE	2025-02-04	347	60,2 %
L'infolettre ARTÈRE	2025-01-07	361	66,7 %
L'infolettre ARTÈRE	2024-12-03	336	67,9 %
L'infolettre ARTÈRE	2024-11-06	272	64,3 %

• Réseaux sociaux

En 2024-2025, la page Facebook d'Artère a connu un bel essor, avec une augmentation significative du nombre d'abonnés qui témoigne de l'intérêt grandissant pour notre mission et nos actions. Ce canal demeure un vecteur essentiel pour partager nos nouvelles, nos activités et nos projets en temps réel. La portée de nos publications s'est également élargie grâce à une multiplication des diffusions et des mentions positives par nos partenaires, ce qui contribue à renforcer notre visibilité et à tisser des liens solides avec une communauté de plus en plus engagée et attentive à nos initiatives. Cette dynamique enrichit notre présence en ligne et soutient le rayonnement de l'organisme au-delà de ses réseaux habituels.

C'est le moment de vous faire plaisir avec nos accessoires uniques !
Si vous souhaitez en obtenir un ou plusieurs, contactez nous au 418 647 3684, poste 1 ou 4 ou écrivez à info@arterequbec.com ou coordoactivites@arterequbec.com

FAITES VOUS PLAISIR AVEC NOS ACCESSOIRES UNIQUES

POP-SOCKETS 55

- Se fixe à l'arrière du cellulaire.
- Facile à saisir en main, réduisant ainsi le risque de chute du téléphone.
- Support pour regarder des vidéos de manière stable.

TUQUE 155

CASQUETTE 155

COTON OUAÏE 355

T-SHIRT 155

Retour en image sur cette soirée exceptionnelle !
Nous étions plus d'une centaine réunis pour célébrer Noël mais aussi les 40 ans de l'organisme 🥳
Merci d'avoir partagé ce moment unique avec nous ❤️
Demandez votre photo devant l'arche en souvenir, contactez Line au 418 647 3684, poste 1 ou écrivez à info@arterequbec.com

La troupe de théâtre d'ARTÈRE vous invite à venir les encourager les membres, le dimanche 15 décembre à 13h, à la base de plein air Ste Foy, 3137 Rue Laberge, Québec, QC G1X 4B5.
L'entrée est complètement gratuite 🥳

LES ATELIERS DE THÉÂTRE D'ARTÈRE

Présentent

De Noël à au jour d'hui

Annie Lebel
Caroline Goulet
Chantal Rouillard
Claude Hébert

Richard Tremblay
Robert Roberge
Véronique Boulet

Dimanche 15 décembre, 13 h
↓ Base D'Inn'Air Sainte-Foy ↓

5 décembre 2024 🌍

Nous profitons de cette journée internationale des bénévoles pour remercier chaleureusement tous les bénévoles qui œuvrent pour ARTÈRE, MERCI ❤️

JOURNÉE INTERNATIONALE DES BÉNÉVOLES

Vie associative & démocratique

Ateliers - Activités 2024-2025

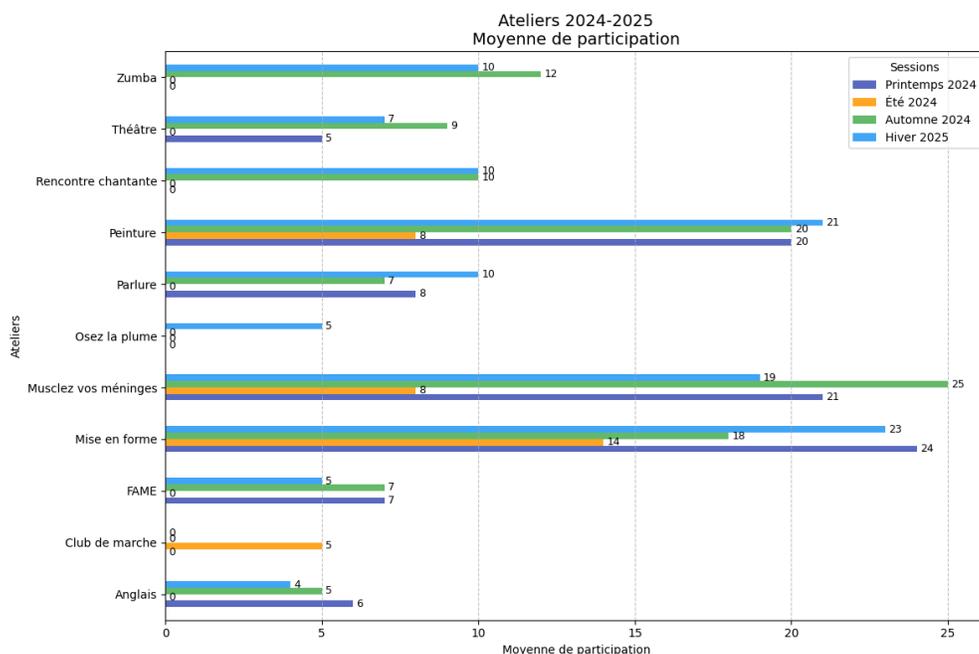
La programmation d'activités d'ARTÈRE a continué d'évoluer en 2024-2025 afin de répondre aux intérêts variés et aux besoins concrets de ses membres. Trois nouveaux ateliers ont été lancés cette année : Zumba, Rencontres chantantes et Osez la plume. Ces ajouts reflètent notre volonté d'offrir des espaces diversifiés de mouvement, d'expression et de stimulation, dans une perspective de maintien des acquis après la réadaptation.

Par ailleurs, les groupes ajoutés l'année précédente ont été reconduits, compte tenu d'un engouement soutenu – et même croissant – pour plusieurs activités. Cette consolidation de l'offre témoigne de la pertinence des ateliers dans le parcours post-réadaptation, en favorisant à la fois la continuité des apprentissages, la socialisation et le mieux-être global.

L'ensemble des ateliers animés au cours de l'année 2024-2025 représente un total de **912** heures d'animation.

ARTÈRE est fier de pouvoir compter sur l'engagement actif de ses membres. Certains ateliers sont animés par des personnes ayant elles-mêmes subi un AVC ou encore par des proches aidants. D'autres membres s'investissent bénévolement, que ce soit lors de présentations de l'organisme, d'activités communautaires ou d'événements sociaux. Ces implications contribuent à renforcer le sentiment d'appartenance et le dynamisme de la communauté.

Dans un souci d'amélioration continue, des sondages de satisfaction ont été introduits à l'hiver 2025 dans plusieurs ateliers. Rédigés en FALC (facile à lire et à comprendre), ils ont permis de recueillir l'appréciation et les suggestions des participants. ARTÈRE prévoit de poursuivre cette démarche en continuant à distribuer des sondages de satisfaction aux membres.



Activités sociales

Sorties en communauté

Pionnières au sein de la programmation d'ARTÈRE, les activités en communauté ont compté plus de **780 participations** et ce, pour l'ensemble des sessions de printemps, d'été, d'automne et d'hiver. Plusieurs endroits ont été visités, notamment :

- Équithérapie
- Ferme Alpaga Select
- Pourvoirie Lac Beauport
- Canyon Ste-Anne
- Morrin Center
- Musées (Wendat, MNBAQ, Civilisation, Naval etc.)
- Promenade Samuel de Champlain

Ces activités se traduisent par plus de 205 heures d'accompagnement pour 38 sorties / activités.

Souper Spaghetti

En octobre dernier, ARTÈRE soulignait avec enthousiasme la deuxième édition de la reprise de son souper spaghetti. Fidèle à sa formule chaleureuse et inclusive, l'événement se voulait familial et ouvert à tous, invitant les participants à venir partager un repas entre proches dans une ambiance conviviale et festive. Un total de 52 convives ont répondu à l'appel et se sont réunis au Patro Roc-Amadour pour cette belle soirée. Plusieurs bénévoles étaient également présents afin d'assurer le service et l'accompagnement des invités tout au long du repas.

Fête de Noël

Pour souligner les Fêtes, ARTÈRE a rassemblé plus de 112 invités lors de son souper de Noël au Patro Roc-Amadour. Jeux, prix de présence, animation d'un magicien pour les 40 ans de l'organisme, prestations de membres présentant leurs talents, et présence d'un photographe ont marqué la soirée. Des cartes de Noël illustrées par les membres de l'atelier de peinture étaient aussi en vente sur place. L'événement a été rendu possible grâce à l'implication de plusieurs bénévoles et employé·e·s d'ARTÈRE.



Pentathlon des Neiges - Sun Life

Le 18 février 2024, six membres d'ARTÈRE ont fièrement pris part au Défi Intégration sociale du Pentathlon des Neiges, avec le soutien de l'ARLPH03. Chacun a relevé le défi en complétant un parcours en raquettes de plus d'un kilomètre. Cette activité hivernale, alliant plaisir, engagement et dépassement personnel, a une fois de plus permis de mettre en lumière les capacités et la détermination des participants, tout en renforçant les liens avec la communauté.

Cabane à sucre

Près de 40 membres, accompagnateurs et proches ont pu se sucrer le bec lors de la sortie à l'Érablière du Cap. Profitant de l'occasion pour déguster un repas traditionnel de la cabane à sucre, les participants ont aussi eu droit à une visite guidée du site.

Bénévolat

Cette année encore, la vitalité des activités d'ARTÈRE n'aurait pas été possible sans la généreuse contribution de nos bénévoles.

En 2024-2025, ce sont 527 heures de bénévolat qui ont été consacrées à :

- l'accompagnement lors des 38 activités du jeudi (304 h),
- la présence hebdomadaire au programme FAME (66 h),
- le soutien logistique aux grands événements tels que le souper de Noël (40 h), le souper spaghetti (36 h), et la Journée mondiale de l'AVC (18 h),
- la participation à groupes de témoignages (9 h), et
- la co-animation du programme "L'AVC : par où commencer ?" (54 h).

Nous les remercions chaleureusement pour leur présence précieuse et leur engagement constant.



Activités proches aidants

En 2024-2025, ARTÈRE a poursuivi l'animation de son groupe de soutien aux proches aidants, Tenu et animé par la coordonnatrice aux activités de l'organisme. La plage horaire du lundi matin (10 h à 12 h) est restée la plus favorable pour les participants. Après des essais peu concluants en formule 5 à 7, nous avons retenu une approche plus souple : des rencontres dans des restaurants ou des marches extérieures, lorsque la saison (printemps/été) le permet. La participation moyenne a été de huit proches aidants.

Ajout de conférences

Afin de mieux répondre à la diversité des besoins, nous avons bonifié notre offre avec plusieurs conférences et formations rendues possibles grâce au financement de la mesure 38 du MSSS :

- 18 octobre 2024 : conférence *La sexualité après un AVC*, présentée par un ergothérapeute — 5 participants
- 5 décembre 2024 : formation *Agissez contre la culpabilité* (Madeleine Fortier) — 12 participants
- 1er février 2025 : formation *Développez votre résilience* (Madeleine Fortier) — 9 participants
- 15 février 2025 : webinaire *Fiscalité pour les proches aidants et les personnes en situation de handicap*, présenté par une comptable fiscaliste agréée — 12 participants
- 10 avril 2025 : formation pratique en RCR, donnée par un formateur certifié — 14 participants

Semaine des proches aidants

À l'occasion de la Semaine nationale des proches aidants, ARTÈRE a offert une journée de ressourcement au Sibéria Spa le 5 novembre 2024, entièrement financée par l'organisme. Cette journée a permis aux participants de prendre un moment de détente et de bien-être dans un environnement apaisant.

Les informations relatives à ces activités ont été diffusées dans notre journal La Jasette, via l'infolettre mensuelle et au sein de nos ateliers réguliers. Plusieurs autres conférences sont déjà prévues pour la période 2025-2026.

Enfin, ARTÈRE reste en veille quant à la création d'une table de concertation régionale pour les proches aidants dans la Capitale-Nationale. Bien que la priorité ait été accordée à de plus grands organismes offrant exclusivement des services aux proches aidants, notre intérêt et notre engagement ont été reconnus. Si des sous-comités sont créés dans ce cadre, nous pourrions être invités à y agir à titre de consultants.



Groupe Jeunes Adultes

Le projet de rassembler les jeunes adultes ayant subi un AVC a toujours été présent dans la vision de l'organisme. Toutefois, dans les premières années, le noyau initial manquait de solidité, ce qui ne permettait pas au groupe de s'inscrire dans la durée.

Ce n'est qu'en 2021, avec l'arrivée de l'agente aux familles au sein d'ARTÈRE, que le groupe a été relancé. Grâce à son implication, un noyau stable a pu être reformé, permettant la relance d'activités spécifiquement destinées aux jeunes adultes. Après avoir expérimenté différentes formules, il a été établi qu'une rencontre mensuelle, autour d'un souper, de 17 h à 19 h, en alternance les mardis et mercredis, convenait au plus grand nombre de participants.

En 2023, l'agente aux familles recense les jeunes adultes âgés de 18 à 50 ans à travers les entretiens individuels et alimente ainsi le groupe, tandis que la coordinatrice à la programmation des activités est responsable de l'organisation et de l'animation des soupers. En moyenne, sept jeunes adultes participent à ces rencontres mensuelles. Les échanges sont riches et la dynamique du groupe favorise la communication.

En 2024-2025, la formule des soupers mensuels s'est poursuivie avec succès. Une moyenne de sept jeunes adultes continue de participer à chaque rencontre. Les échanges sont toujours aussi riches, et un véritable noyau solide s'est désormais formé. Cette stabilité favorise un climat de confiance et de partage entre les membres, consolidant davantage la pertinence et la pérennité du groupe.

Bien que des activités de loisirs (familiales ou non) aient été proposées en complément des soupers, les jeunes adultes ont exprimé une nette préférence pour la formule actuelle. Ces soupers mensuels répondent à leurs besoins, tant sur le plan social qu'émotionnel, et demeurent au cœur de leur engagement dans le groupe.



En résumé

4 sessions complètes :

- Printemps
- Été
- Automne
- Hiver

3 nouveaux ateliers :

- Zumba
- Rencontres chantantes
- Osez la plume (en ligne)

912 heures d'animation d'ateliers de la programmation régulière

205 heures d'activités en communauté
41 sorties / activités sociales

200 membres actifs
70 nouveaux membres 2024-2025

75 rencontres individuelles (nouveaux et membres actifs)
8 groupes connaissances à l'IRDPO pour les usagers de l'interne et de l'externe



↑ 23%

↑ 42%

↑ 8.7%

↑ 25%

Partenariats, collaborations, subventions & concertations

- ADAPTAVIE
- Aphasie Québec – Le Réseau
- Association Régionale de Loisir pour Personnes Handicapées (ARLPH) de la Capitale-Nationale
- Bénévoles d'Expertise
- Centraide Québec et Chaudières-Appalaches
- Centre de Services Scolaire de la Capitale
- Centre Interdisciplinaire de Recherche en Réadaptation et Intégration Sociale (CIRRIS)
- Chaire de recherche sur les Aphasies Primaires Progressives - Fondation de la Famille Lemaire
- Centre Intégré Universitaire de Santé et de Services Sociaux de la Capitale-Nationale (CIUSSCN)
- Fondation ARTÈRE
- Fondation Cœur & AVC
- Fondation des Médecins Spécialistes du Québec (FMSQ)
- Fondation Mirella et Lino Saputo
- Fondation Mirella et Lino Saputo
- Ministère de la Santé et des Services Sociaux
- Normes Accessibilité Canada
- Office des Personnes Handicapées du Québec
- Participation Sociale et Ville Inclusive (PSVI)
- Patro Roc-Amadour
- Regroupement des Organismes Communautaires de la région 03 (ROCo3)
- Regroupement des Organismes de Personnes Handicapées de la Capitale-Nationale (ROPo3)
- Services Québec
- Société Inclusive
- Table de quartier Vanier – La Ruche Vanier
- Table proche aidance Portneuf
- Théâtre Aphasique
- Université Laval
- Ville de Québec

Déterminer sa mission, ses orientations, ainsi que ses approches et ses pratiques

Planification stratégique 2025–2029

Lors de l'année 2023-2024, ARTÈRE avait amorcé les travaux en vue de mettre à jour sa planification stratégique, alors que prenait fin celle couvrant la période 2020-2023. Un comité avait été formé au sein du conseil d'administration, et plusieurs consultations préliminaires avaient eu lieu auprès de partenaires, de membres et de professionnels du milieu.

En 2024-2025, ce chantier a été mené à terme grâce au financement de la Fondation Mirella & Lino Saputo ainsi qu'avec le soutien d'une firme externe, Loin Devant RH, spécialisée en développement organisationnel. Cette collaboration a permis de structurer et de bonifier les démarches entreprises, tout en assurant la participation d'un large éventail d'acteurs.

Des consultations ont été réalisées auprès :

- des membres ayant subi un AVC et de leurs proches,
- de membres de l'équipe et du conseil d'administration,
- d'intervenants du réseau de la santé,
- de partenaires du milieu communautaire et universitaire.

Ces échanges ont permis de dégager les grandes priorités de la nouvelle planification stratégique 2025–2029, structurée autour de trois enjeux :

1. *Améliorer l'accès aux services d'ARTÈRE, notamment dans les régions moins desservies (Charlevoix, Portneuf, Chaudière-Appalaches) et auprès de clientèles moins rejointes à ce jour (jeunes adultes, personnes vivant seules).*
2. *Bonifier et diversifier l'offre de services, en misant sur les besoins exprimés, les données probantes issues de la recherche, l'élargissement des services aux proches aidants, et une plus grande accessibilité en ligne.*
3. *Renforcer les capacités organisationnelles d'ARTÈRE, tant au niveau des ressources humaines, du recrutement de bénévoles que de la pérennité du financement.*

L'ensemble de cette démarche repose sur les valeurs qui guident ARTÈRE depuis sa fondation : bienveillance, équité et adaptabilité.

Cette nouvelle planification est un outil structurant qui orientera les décisions et les actions de l'organisme jusqu'en 2029, avec pour objectif central de favoriser le mieux-être et la réintégration dans la communauté des personnes ayant subi un AVC et de leurs proches.



Avoir été constitué à l'initiative des gens de la communauté

Fondé en 1985, suite à l'initiative de personnes vivant avec une aphasie et de professionnels de la santé, l'organisme a vu le jour afin de : « favoriser la réintégration sociale des personnes vivant avec une aphasie par la création d'un groupe d'appartenance permettant aux individus de s'offrir du support et partager des intérêts communs » - Extrait tiré des lettres patentes originales, 9 décembre 1985.



Être dirigé par un conseil d'administration indépendant du réseau public

Tel que libellé dans les règlements généraux d'ARTÈRE, le conseil d'administration est composé de sept (7) membres indépendants du réseau public, dont la composition se traduit ainsi :

Le conseil d'administration est composé d'un maximum de sept (7) administrateurs :

- Un (1) représentant du groupe des personnes vivant avec une aphasie
- Un (1) représentant du groupe des personnes ayant subi un AVC (sans aphasie)
- Un (1) représentant du groupe des proches aidants
- Quatre (4) administrateurs issus de la population générale

Mission sociale propre à l'organisme et favorisant la transformation sociale

Projet ACCES

Il y a maintenant trois ans que le projet ACCES a vu le jour. Son objectif : outiller les commerces qui souhaitent offrir des services plus accessibles aux personnes vivant avec des difficultés de communication.

Au cours de la dernière année, le projet a poursuivi ses actions en matière d'accessibilité communicationnelle, particulièrement dans les institutions financières.

Grâce au soutien financier de l'Office des personnes handicapées du Québec (OPHQ), l'équipe du projet a amorcé la phase 2 de ce volet :

1. Une vidéo de formation, portant sur les stratégies de communication à privilégier en contexte bancaire, a été finalisée à l'hiver 2025.
2. Une grille d'adaptations environnementales spécifiques aux institutions financières, ainsi que des supports visuels adaptés, ont également été complétés à l'hiver 2025.

L'implantation de ces outils est prévue à l'été et à l'automne 2025.

Un article scientifique sur l'accessibilité dans les institutions financières a également été soumis en avril 2025 au journal Disabilities (Bérubé-Lalancette et al.).

Parallèlement, grâce à une subvention de recherche du CRSH (dir. LM), l'équipe entamera dès l'été 2025 un nouveau volet du projet, visant à documenter les barrières et les facilitateurs en matière d'accessibilité communicationnelle dans les pharmacies.

Les représentations du projet ACCES 2024-2025 :

- Colloque REPAR - ACFAS - Mai 2024
- Kiosque lors de l'événement « Viens marcher au cœur des ARTÈRES de ta Ville » organisé par la Fondation ARTÈRE - Mai 2024
- International Brain Injury conference - Mars 2025

Pour suivre le projet ACCES et répertorier les commerces actuellement ACCESsibles : www.acces.arterequebec.com.
Sur les réseaux sociaux (Facebook) : [@ProjetAcces](https://www.facebook.com/ProjetAcces)



Création du programme l'AVC : Par où commencer ?

À la suite de l'arrêt du programme « La vie après un AVC » de la Fondation Cœur & AVC en 2023, ARTÈRE a entrepris de développer un nouveau programme afin de continuer à répondre aux besoins d'information et de soutien des personnes ayant subi un AVC et de leurs proches. Né d'un désir partagé de maintenir un accompagnement après les parcours en centre hospitalier ou de réadaptation, ce projet a été co-construit grâce à la collaboration étroite entre le milieu communautaire (ARTÈRE), le milieu universitaire (CIRRIS et Université Laval), des professionnel·les du réseau de la santé et des personnes ayant vécu un AVC.

Un comité de projet a été formé dès l'hiver 2023 pour guider le développement du programme, réunissant les personnes suivantes :

- Laura Monetta, Ph.D., orthophoniste, professeure titulaire, Université Laval, CIRRIS
- Héloïse Baglione, M.Sc., orthophoniste, Université Laval, CIRRIS
- Andréanne Blanchette, Ph.D., physiothérapeute, professeure titulaire, Université Laval, CIRRIS
- Joëlle Duchesne, directrice générale, ARTÈRE
- Camille Laforest, agente aux familles, ARTÈRE
- Gilles Drouin, personne ayant subi un AVC et co-animateur d'expérience

Ce comité avait pour mandat de co-construire un programme de proximité, autonome et gratuit, qui outillerait les participants à mieux comprendre les séquelles motrices, cognitives ou sociales de l'AVC, à prévenir les récurrences et à favoriser un lieu d'échange et d'appartenance.

Printemps-Été 2024 — Création des contenus

Des professionnel·les de divers domaines — orthophonie, physiothérapie, ergothérapie, nutrition, etc. — se sont activement engagés dans l'élaboration du contenu des capsules vidéos explicatives, couvrant les différents thèmes abordés dans le programme. L'enregistrement de ces capsules a été réalisé en juin 2024. À l'été, le comité a procédé à la création de deux outils complémentaires : un guide d'animation destiné aux animateurs et un cahier de notes conçu pour accompagner les participants tout au long des séances et qu'il conserveront à la fin du programme.



Automne 2024 — Projet pilote

Le projet pilote s'est déroulé à l'automne 2024, accueillant 9 personnes ayant subi un AVC et 3 proches aidants. Cette première cohorte a été encadrée dans le cadre d'un projet universitaire supervisé par Laura Monetta et Héloïse Baglione, en collaboration avec trois étudiantes à la maîtrise en orthophonie. Les retours du projet pilote ont permis d'ajuster le programme avant son déploiement élargi.

Automne-hiver 2024 — Promotion et rayonnement

Parallèlement, une vidéo promotionnelle a été tournée pour faire connaître le programme. Elle met en lumière le rôle clé de Gilles Drouin, co-animateur ayant lui-même vécu un AVC, et de Lorraine Leduc, participante à la première cohorte, dont les témoignages incarnent la portée humaine du programme.

Hiver 2025 — Seconde cohorte et mise en ligne.

Une deuxième cohorte a été animée à l'hiver 2025, réunissant 6 personnes ayant subi un AVC et 4 proches aidants. Cette formule en petits groupes a confirmé la pertinence du format : 9 rencontres hebdomadaires de deux heures, animées par un intervenant communautaire accompagné d'un co-animateur au savoir expérientiel, ponctuées de capsules vidéos et de moments d'échange.

Le site web d'ARTÈRE a été mis à jour pour présenter officiellement le programme. Plusieurs associations ont par ailleurs manifesté leur intérêt pour l'intérêt d'offrir le programme; des ententes de collaboration sont en cours et leur participation sera soulignée sur la page dédiée du projet.



- Séance 1 : **Introduction**
- Séance 2 : **S'informer**
- Séance 3 : **Bouger**
- Séance 4 : **Manger**
- Séance 5 : **Interagir**
- Séance 6 : **S'adapter**
- Séance 7 : **Gérer l'administratif**
- Séance 8 : **Vivre avec ses émotions**
- Séance 9 : **Participer à la vie en communauté**

Ateliers sur le bien-être psychologique après un AVC

En 2024-2025, ARTÈRE a poursuivi avec rigueur et engagement le développement de ses ateliers psychosociaux visant le bien-être psychologique des personnes ayant subi un AVC. Ce projet, amorcé en 2023 grâce à un financement de Société Inclusive, s'est poursuivi tout au long de l'année avec l'appui du comité de pilotage, composé de chercheurs, d'étudiantes au doctorat en psychologie, de membres ayant subi un AVC, de proches aidants, d'intervenants et de représentants du conseil d'administration d'ARTÈRE.

Les rencontres individuelles et groupes de discussion (focus groups) se sont poursuivis, assurant une collecte de données approfondie par les étudiantes responsables du projet. À la lumière de cette analyse, un enjeu s'est imposé de manière transversale : la gestion de la fatigue et de l'énergie. C'est donc sur ce thème prioritaire que s'est concentrée l'équipe pour le développement du premier atelier.

En octobre 2024, une rencontre du comité de pilotage a permis de faire le point sur l'avancement du projet et de discuter des prochaines étapes, notamment l'élaboration de la phase pilote.

Par la suite, les premiers outils d'accompagnement ont été présentés au sous-comité "animation", composé de membres du comité de pilotage. Cette documentation comprenait :

- un guide d'animation à l'intention des animateurs,
- un cahier du participant, et
- un support visuel en diaporama destiné à accompagner les séances.

À l'hiver 2025, le contenu du tout premier atelier a été finalisé. Il comprend un programme de six (6) séances d'une durée de 1h30, axé sur la gestion de l'énergie et de la fatigue après un AVC. L'atelier vise à informer, outiller et soutenir les participants dans la gestion quotidienne de leur niveau d'énergie.

Depuis le printemps 2025, ce premier atelier est en phase de projet pilote. Une évaluation et un retour critique sont prévus afin d'ajuster les contenus et soutenir une intégration permanente de ce programme dans l'offre de services d'ARTÈRE.

Artère souhaite poursuivre le développement de nouveaux ateliers autour d'autres thématiques psychosociales, dans une volonté d'élargir leur portée et d'inclure également les proches aidants.



Programme APPrivoiser l'Aphasie Primaire Progressive (APP)

Mis sur pied en 2022, le programme APPrivoiser l'APP est le fruit d'une collaboration entre la Chaire de recherche sur les aphasies primaires progressives – Fondation de la famille Lemaire, l'Université Laval et ARTÈRE. Ce programme a pour objectif de soutenir les personnes vivant avec une aphasie primaire progressive (APP) et leurs proches, en leur offrant un espace pour s'informer, partager et briser l'isolement que cette maladie rare peut engendrer.

Au cours de l'année 2024, deux cohortes ont été offertes : l'une au printemps, l'autre à l'automne. Chaque groupe comptait 4 personnes vivant avec une APP et 5 proches aidants, pour un total annuel de 8 personnes atteintes et 10 proches aidants accompagnés. Ces participants ont pu bénéficier d'un accompagnement spécialisé et échanger avec d'autres personnes vivant des réalités similaires, dans un climat d'écoute et de respect.

Une troisième cohorte était initialement envisagée pour le printemps 2025, en réponse à l'intérêt suscité par les éditions précédentes. Toutefois, cette session n'a pu être lancée en raison d'un nombre insuffisant d'inscriptions, dans un contexte où l'offre de services en lien avec l'APP s'est diversifiée dans la région.

Malgré cette pause, ARTÈRE poursuit son engagement à offrir ce programme sur une base annuelle à l'automne, et continue d'adapter ses services en fonction des besoins exprimés par les personnes vivant avec une APP et leurs proches.

Programme de répit à destination des proches aidants

Grâce à un financement de la Fondation des Médecins Spécialistes du Québec (FFMSQ), ARTÈRE a pu déployer, en janvier 2024, son programme de répit destiné aux proches aidants de personnes ayant subi un AVC.

Ce programme a pour objectif principal d'offrir un moment de répit aux proches aidants, tout en assurant un accompagnement de qualité à la personne vivant avec les séquelles d'un AVC. Chaque période de répit comprend :

- Une prise en charge par un intervenant spécialisé, formé pour travailler avec cette clientèle
- Un travail ciblé sur des objectifs sous-jacents, tels que la stimulation de la communication ou l'amélioration des déplacements ;
- Un soutien visant à accroître l'autonomie de la personne accompagnée ;
- Une réduction de l'aide requise par le proche aidant au quotidien ;
- Une diminution des obstacles à la participation sociale.

Bien qu'ayant connu un départ plus lent à ses débuts, le programme a connu une nette augmentation de la demande en 2024-2025 et continue de progresser. Les proches aidants peuvent bénéficier de périodes de répit variant entre 2 et 3 heures, leur offrant un temps de repos précieux tout en favorisant le mieux-être global de leur proche. Entre avril 2024 et mars 2025, ARTÈRE a offert un total de **62 heures** de répit. Ce service a permis à plusieurs familles de souffler un moment, tout en ayant l'assurance que leur proche recevait un accompagnement adapté, bienveillant et stimulant.

Renforcement de l'équipe

Ajout d'une intervenante au sein de l'équipe d'ARTÈRE

Afin de mieux répondre aux besoins grandissants des membres et de renforcer la qualité de notre accompagnement, ARTÈRE a procédé en janvier 2025, à l'embauche d'un·e intervenant·e-animateur·trice à temps partiel. Cette personne n'était pas inconnue de l'organisme : elle avait déjà été bénévole chez ARTÈRE il y a quelques années, accompagnant les membres dans différentes activités. Sa connaissance du milieu et sa sensibilité aux réalités des personnes ayant subi un AVC ont grandement facilité son intégration dans l'équipe.

Depuis son arrivée, elle joue un rôle-clé dans le soutien à l'animation des ateliers, la logistique des activités, l'accompagnement personnalisé des participants et la collaboration avec les professionnels impliqués. Elle a contribué à l'animation de plusieurs ateliers réguliers tout en offrant un appui direct aux participants pour favoriser leur autonomie et leur participation active.

Elle a également facilité la tenue d'ateliers adaptés, soutenu la mise en œuvre de projets spéciaux (comme les questionnaires de satisfaction ou des activités ponctuelles), et collaboré au développement de nouveaux contenus pédagogiques et outils visuels à l'image d'ARTÈRE.

Cette embauche témoigne d'une volonté claire de l'organisme de consolider son action sur le terrain, d'assurer un encadrement sécuritaire, bienveillant et stimulant pour les membres, et de faire évoluer ses pratiques en fonction de la diversité des besoins exprimés.

Elle contribue ainsi directement à la mission d'ARTÈRE, tout en jouant un rôle structurant pour l'équipe en place. Son soutien opérationnel permet de dégager du temps pour le développement d'initiatives stratégiques, tout en rendant possible la participation de membres vivant avec des limitations plus importantes, favorisant ainsi une plus grande inclusion au sein de nos activités.

Situation financière

États financiers 2024-2025

Produits	2025	2024
Subventions	399 342 \$	245 079 \$
Autres produits	26 476 \$	45 466 \$
Intérêts	9 146 \$	7 735 \$
Dons	3 436 \$	2 320 \$
	438 400 \$	400 600 \$

Charges	2025	2024
Informations - Promotion	11 933 \$	59 636 \$
Activités - Services aux membres	157 260 \$	73 288 \$
Fonctionnement	280 521 \$	249 825 \$
	449 356 \$	382 749 \$

Bilan 2024-2025

Actif à court terme	2025	2024
Encaisse	306 154\$	366 617 \$
Comptes clients et autres créances	14 997\$	9 879 \$
Billets à recevoir Fondation ARTÈRE	30 000\$	45 000 \$
Subventions à recevoir	-	3 435 \$
Frais payé d'avance	7 167 \$	1 262 \$
Immobilisation	5 245 \$	5 512 \$
Passif à court terme	2025	2024
Fournisseurs et charges courues	15 198 \$	7 535 \$
Salaires et vacances	25 777 \$	16 029 \$
Sommes à remettre à l'État	3 412 \$	919 \$
Actif net	2025	2024
Investi en immobilisation	5 245 \$	5 512 \$
Non-affecté	49 203 \$	59 971 \$

La Fondation ARTÈRE

Le 11 mai 2024 a eu lieu la troisième édition de l'événement « **Viens bouger au cœur des ARTÈRES de ta ville** », un rassemblement à la fois festif et engagé, organisé par la Fondation ARTÈRE avec la participation d'une équipe dévouée de bénévoles et du personnel de l'Association Artère.

L'activité s'est tenue une fois de plus au Domaine Maizerets, un lieu apprécié pour sa convivialité et son accessibilité.

L'événement était placé sous la présidence d'honneur de M. Éric Drouin, directeur – Ventes et expérience partenaires – Assurances collectives chez BENEVA, partenaire présentateur de cette édition. Nous avons eu le privilège d'accueillir sur place les ambassadeurs de la Fondation : Mme Laurence St-Germain, athlète olympienne en ski alpin, ainsi que MM. Olivier Plamond-Lemieux et Stéphane Tremblay, deux jeunes hommes ayant eux-mêmes traversé l'épreuve de l'AVC. Leurs témoignages livrés lors de la partie protocolaire ont profondément touché les participants et contribué à rappeler l'importance des services d'accompagnement.

L'événement a rassemblé **171** personnes, incluant des membres de l'association, des bénévoles et des membres du grand public. Pour la première fois, une course s'est ajoutée à la programmation, en complément des parcours de marche déjà bien établis. Cette nouveauté a permis d'élargir le public cible, notamment en rejoignant des adeptes de la course à pied, tout en maintenant une attention particulière à l'accessibilité pour les personnes vivant avec des limitations fonctionnelles. Un parcours familial d'un kilomètre destiné aux enfants a également été intégré, suscitant beaucoup de plaisir et de fierté chez les tout-petits et leurs parents.

La Fondation a également obtenu une belle visibilité médiatique, avec un reportage diffusé sur les ondes du **FM93**, ainsi qu'un segment présenté au **bulletin de nouvelles de 18 h à TVA**, le soir même. Ces retombées ont permis de sensibiliser un plus large public à la mission d'Artère et à la réalité des personnes ayant subi un AVC.

Grâce à la mobilisation des participants, des donateurs et des partenaires — dont BENEVA, présentateur officiel — la Fondation ARTÈRE a recueilli **32 500 \$**. Ce soutien financier contribue à faire rayonner notre mission commune et à renforcer les actions mises en place pour mieux accompagner les personnes ayant subi un AVC et leurs proches.



ARTÈRE en images



Nos coordonnées

Notre adresse :



525 boulevard Wilfrid-Hamel Est, local F-117.2
Québec (Québec) G1M 2S8



418-647-3684



info@arterequébec.com

- Visitez notre site web: www.arterequébec.com
- Visitez notre page Facebook: [@Arterequébec](https://www.facebook.com/Arterequébec)
- Contactez nous par téléphone ou par courriel

Autres sites pour les ateliers et activités :

Galleries Charlesbourg
4250, 1^{re} avenue
Québec (QC) G1H 2S5

Patro Roc-Amadour
2301, 1^{re} avenue
Québec (QC) G1L 3M9



ARTÈRE